

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Факультет физической культуры и спорта
Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ:
Декан факультета



А. В. Савельев

«20» января 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.О.20 Компоненты адаптивной физической культуры

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль/направленность/специализация: Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2020

Тамбов, 2021

Автор программы:

Кандидат педагогических наук, доцент Лернер Виктория Леонидовна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «19» сентября 2017 г. № 942).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры физического воспитания «15» декабря 2020 г. Протокол № 4

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Протокол от «20» января 2021 г. № 4.

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|----|
| 1. Цели и задачи дисциплины..... | 4 |
| 2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавра..... | 6 |
| 3. Объем и содержание дисциплины..... | 6 |
| 4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства..... | 11 |
| 5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)..... | 20 |
| 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины..... | 22 |
| 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы..... | 22 |

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

ОПК-3 Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования

ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- научно-исследовательский
- организационно-управленческий
- педагогический
- реабилитационный (восстановительный)

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования; в сфере научных исследований), 02 Здравоохранение (в сфере реабилитации в организациях здравоохранения), 03 Социальное обслуживание (в сфере реабилитации в организациях и учреждениях социального обслуживания населения), 05 Физическая культура и спорт (в сфере физического воспитания, в сфере адаптивного физического воспитания, в сфере физической культуры и массового спорта, адаптивного спорта, спортивной подготовки, в сфере управления деятельностью и развитием физкультурно-спортивной организации)

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

| Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта) | Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия | Индикаторы достижения компетенций |
|---|---|---|
| | УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах | Придерживается принципов недискриминационного взаимодействия при личном и массовом общении в целях выполнения профессиональных задач и усиления социальной интеграции |

| | | |
|--|---|--|
| | ОПК-3 Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования | Применяет базовые методы и методики исследования физических качеств (способностей), психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в различных компонентах (видах) адаптивной физической культуры |
| | ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться | Определяет общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; планирует различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; использует освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов |

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

| № п/п | Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи | Форма обучения | | | |
|----------|--|-------------------|---|---|---|
| | | Заочная (семестр) | | | |
| | | 1 | 3 | 5 | 6 |
| 1 | Духовно-нравственное воспитание | + | | | |
| 2 | История (история России, всеобщая история) | + | | | |
| 3 | Ознакомительная практика | | | | + |
| 4 | Профилактика негативных социальных явлений | + | | | |
| 5 | Социальная защита инвалидов | | | + | + |
| 6 | Философия | | + | | |

ОПК-3 Способен обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях общего и среднего профессионального образования

| № п/п | Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи | Форма обучения | | | |
|----------|--|----------------------|---|---|---|
| | | Заочная (семестр) | | | |
| | | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1 | Теория и организация адаптивной физической культуры | + | + | + | |
| 2 | Частные методики адаптивной физической культуры | | | + | + |

ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться

| № п/п | Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи | Форма обучения |
|----------|--|----------------------|
| | | Заочная (семестр) |
| | | 2 |
| 1 | Адаптивный спорт | + |

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Компоненты адаптивной физической культуры» относится к обязательной части учебного плана ОП по направлению подготовки 49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Дисциплина «Компоненты адаптивной физической культуры» изучается в 5, 6, 7 семестрах.

3. Объем и содержание дисциплины

3.1. Объем дисциплины: 9 з.е.

Заочная: 9 з.е.

| Вид учебной работы | Заочная (всего часов) |
|--------------------------------------|--------------------------|
| Общая трудоёмкость дисциплины | 324 |
| Контактная работа | 40 |
| Лекции (Лекции) | 20 |
| Практические (Практ. раб.) | 20 |
| Самостоятельная работа (СР) | 267 |
| Экзамен | 9 |
| Зачет | 8 |

3.2.Содержание курса:

| № темы | Название раздела/темы | Вид учебной работы, час. | | | Формы текущего контроля |
|-----------|---|-----------------------------|--------------------|----|--|
| | | Лек ции | Пра кт. раб. | СР | |
| | | 3 | 3 | 3 | |
| 5 семестр | | | | | |
| 1 | Предмет и задачи адаптивного физического воспитания. | 1 | 2 | 32 | Опрос |
| 2 | Организация адаптивного физического воспитания. | 2 | 2 | 30 | Собеседование |
| 3 | Классификация средств и методов адаптивного физического воспитания. | 1 | 2 | 32 | Практическое задание для практической подготовки; Тестирование |
| 6 семестр | | | | | |
| 4 | Адаптивная двигательная рекреация. | 1 | 2 | 20 | Опрос |
| 5 | Средства и методы АФК для организации и проведения активного отдыха, досуга инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. | 1 | 2 | 20 | Собеседование |
| 6 | Формы применения адаптивной двигательной рекреации. Организация работы адаптивной двигательной рекреации. Подготовка и проведение физкультурно-оздо ровительного мероприятия для детей-инвалидов. | 2 | 2 | 18 | Практическое задание для практической подготовки; Тестирование |
| 7 семестр | | | | | |

| | | | | | |
|----|---|---|---|----|--|
| 7 | Предмет и задачи адаптивного спорта – вида адаптивной физической культуры. | 2 | 1 | 20 | Опрос |
| 8 | Функции, принципы и организация адаптивного спорта | 2 | 1 | 20 | Собеседование |
| 9 | Виды адаптивного спорта. | 2 | 2 | 20 | Практическое задание для практической подготовки |
| 10 | Классификации в адаптивном спорте. | 2 | 2 | 20 | Опрос |
| 11 | Паралимпийское движение – основное направление развития адаптивного спорта. | 2 | 1 | 20 | Собеседование |
| 12 | Цель, принципы, содержание игр Специальной Олимпиады. | 2 | 1 | 15 | Практическое задание для практической подготовки; Тестирование |

Тема 1. Предмет и задачи адаптивного физического воспитания.

Лекция.

Основная задача адаптивного физического воспитания - формирование у инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья осознанного отношения к своим функциональным возможностям. Адаптивное физическое воспитание - как вид адаптивной физической культуры. Коррекционно-компенсаторная направленность работы с инвалидами.

Практическое занятие.

Оздоровительные и воспитательные задачи работы с инвалидами и их специфика. Воспитание основных физических качеств инвалидов (силы, ловкости, быстроты и выносливости). Особенности задач по формированию двигательных умений и навыков в работе с инвалидами.

Задания для самостоятельной работы.

Специальные коррекционные задачи, направленные на компенсацию основного дефекта.

Тема 2. Организация адаптивного физического воспитания.

Лекция.

Виды специальных (коррекционных) образовательных учреждений. Организация адаптивного физического воспитания в образовательных учреждениях системы образования и системы социального обеспечения. Высшие учебные заведения для инвалидов Министерства образования РФ. Адаптивное физическое воспитание - важнейший компонент содержания высшего профессионального образования инвалидов.

Практическое занятие.

Организация адаптивного физического воспитания в домах ребенка. Организация адаптивного физического воспитания для лиц с отклонением здоровья в специальных (медицинских) в дошкольных, школьных, средних и высших профессиональных образовательных учреждениях.

Задания для самостоятельной работы.

Организация адаптивного физического воспитания в классах с контингентом детей с отклонениями в развитии, интегрированных в массовые школы.

Тема 3. Классификация средств и методов адаптивного физического воспитания.

Лекция.

Классификация средств адаптивного физического воспитания: по проявлению двигательных способностей; по биомеханическому признаку; двигательные действия смешанного характера, включающие упражнения циклического и ациклического характера; по исторически сложившимся средствам физического воспитания;

Практическое занятие.

Организационные методы: индивидуальный, групповой, индивидуально-групповой, самостоятельных занятий.

Задания для самостоятельной работы.

Спортивно-педагогические методы: строго регламентированные упражнения, игровой, соревновательный.

Тема 4. Адаптивная двигательная рекреация.

Лекция.

Понятия: «рекреация», «адаптивная», «двигательная». Цель и задачи адаптивной двигательной рекреации. Содержание адаптивной двигательной рекреации.

Практическое занятие.

Функции двигательной рекреации.

Задания для самостоятельной работы.

Факторы, тормозящие развитие адаптивной двигательной рекреации в нашей стране.

Тема 5. Средства и методы АФК для организации и проведения активного отдыха, досуга инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Лекция.

Средства АФК, применяемые для проведения активного отдыха инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Практическое занятие.

Педагогические средства. Психологические средства. Медицинские средства.

Задания для самостоятельной работы.

Общие и отличительные черты адаптивно-двигательной рекреации и рекреативно-оздоровительного спорта.

Тема 6. Формы применения адаптивной двигательной рекреации. Организация работы адаптивной двигательной рекреации. Подготовка и проведение физкультурно-оздоровительного мероприятия для детей-инвалидов.

Лекция.

Формы адаптивной двигательной рекреации. Классификация видов рекреаций по месту применения.

Практическое занятие.

Работа в группах по интересам и специально организованных секциях. Цель, задачи мероприятий. Спешал Арт. Оздоровительные мероприятия, предусмотренные программой. Определение целей и задач праздника. Подбор игр и эстафет, адаптированных к данной патологии и несущих коррекционную направленность. Организация проведения туристического отдыха.

Задания для самостоятельной работы.

Организация работы в оздоровительных лагерях, медицинских стационарах, реабилитационных центрах, клубах по месту жительства, предприятиях и учебных заведениях, где имеются инвалиды. Семейные и бытовые формы физической рекреации. Формы физической рекреации в процессе учебной и трудовой деятельности.

Тема 7. Предмет и задачи адаптивного спорта – вида адаптивной физической культуры.

Лекция.

АФК как интегративная наука. Критерии выделения компонентов (видов) АФК. Характеристика объекта и субъекта педагогической деятельности в адаптивном спорте. Адаптивный спорт. Отличительные черты адаптивного спорта.

Практическое занятие.

Главная цель адаптивного спорта – социализация инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья и повышение уровня качества жизни через участие в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности, стремление к максимально возможной самореализации в одном из видов адаптивного спорта.

Задания для самостоятельной работы.

Основные задачи адаптивного спорта: 1) достижение максимального (рекордного) результата в конкретном виде адаптивного спорта; 2) овладение высоким уровнем спортивного мастерства, формирование спортивной культуры инвалидов, приобщение их к историческому опыту в данной сфере; 3) освоение мобилизационных, технологических, интеллектуальных и других ценностей физической культуры; 4) освоение новых социальных ролей и функций, расширение круга лиц для осуществления коммуникативной деятельности; 5) повышение уровня качества их жизни и др.

Тема 8. Функции, принципы и организация адаптивного спорта

Лекция.

Ведущие функции адаптивного спорта: соревновательная, развивающая, учебно-познавательная, воспитательная, ценностно-ориентационная, творческая, профилактическая, функция самовоспитания, престижная, интегративная. Ведущие принципы - социальные: социализации, интеграции, приоритетной роли микросоциума; общеметодические: сознательности и активности, систематичности, доступности, научности; специально-методические: индивидуализации, диагностирования, адекватности, оптимальности и вариативности..

Практическое занятие.

Ведущие функции адаптивного спорта: соревновательная, развивающая, учебно-познавательная, воспитательная, ценностно-ориентационная, творческая, профилактическая, функция самовоспитания, престижная, интегративная. Ведущие принципы - социальные: социализации, интеграции, приоритетной роли микросоциума; общеметодические: сознательности и активности, систематичности, доступности, научности; специально-методические: индивидуализации, диагностирования, адекватности, оптимальности и вариативности.

Задания для самостоятельной работы.

Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте. Организация спорта инвалидов в России и в мире.

Тема 9. Виды адаптивного спорта.

Лекция.

Классификация видов адаптивного спорта, рекомендации по их использованию инвалидами различных нозологических групп. Требования к участникам соревнований по конкретным видам спорта. Основные паралимпийские виды спорта, входящие в программы летних и зимних игр.

Практическое занятие.

Виды адаптивного спорта с традиционной моделью соревновательной деятельности. Виды адаптивного спорта с нетрадиционной моделью соревновательной деятельности Специальной олимпиады. Спорт глухих и слабослышащих спортсменов, сходство и различия со спортом здоровых людей. Всемирные Олимпийские игры глухих (Тихие игры) как пример крупнейших соревнований для инвалидов данной нозологической группы.

Задания для самостоятельной работы.

Материально-техническое обеспечение адаптивно спорта.

Тема 10. Классификации в адаптивном спорте.

Лекция.

Принципы спортивно-медицинской классификации спортсменов-параолимпийцев (максимальный охват лиц различными видами патологии и степенью ее тяжести, уравнивание шансов спортсменов на победу в рамках одного класса, одновременное участие в соревнованиях по спортивным играм инвалидов с различной степенью тяжести поражений, периодическое переосвидетельствование спортсменов, дефекты которых не носят необратимого характера и др.), процедуры и порядок проведения классификаций.

Практическое занятие.

Классификация спортсменов на классы в рамках конкретных нозологических профилей («ампутанты», «спинальники», лица с последствиями церебральных параличей, незрячие и др.).

Задания для самостоятельной работы.

Гандикапная классификация

Тема 11. Паралимпийское движение – основное направление развития адаптивного спорта.

Лекция.

Паралимпийское движение – основное направление развития адаптивного спорта. История паралимпийского движения. Спортивная тренировка – главное звено паралимпийских видов спорта.

Практическое занятие.

Цели, принципы, задачи спортивной тренировки в паралимпийском движении. Виды подготовки спортсменов-паралимпийцев. Построение спортивной тренировки спортсменов.

Задания для самостоятельной работы.

Факторы, определяющие ведущие положения паралимпийского движения в мире.

Тема 12. Цель, принципы, содержание игр Специальной Олимпиады.

Лекция.

Цель, принципы, содержание игр Специальной Олимпиады (СО) для людей с нарушениями интеллекта. Виды спорта, применяемые в СО. Правило формирования «дивизионов» - важнейшее условие реализации философии игр Специальной Олимпиады. Награждение участвующих в соревнованиях. Требования к этой церемонии. Клятва специальных спортсменов, символы Специального Олимпийского движения. Программа тренировки двигательной активности лиц с тяжелыми умственными поражениями.

Практическое занятие.

Основные программы этого движения: «специальная олимпиада», «объединенный спорт», «тренировка двигательной активности», «партнерские клубы» и др.

Задания для самостоятельной работы.

Обучающие семинары по адаптивному физическому воспитанию, проводимые «Специал Олимпикс Интернэшнл».

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

Балльно-рейтинговые мероприятия не предусмотрены

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета, экзамена

Типовые вопросы зачета (УК-5, ОПК-3, ОПК-6)

1. Педагогические функции адаптивной физической культуры.
2. Социальные функции адаптивной физической культуры.
3. Социальные принципы адаптивной физической культуры.
4. Общесметодические принципы адаптивной физической культуры.
5. Специально-методические принципы адаптивной физической культуры.
6. Адаптивная физическая культура в социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
7. Организация адаптивного физического воспитания в системе специального образования.
8. Организация адаптивного физического воспитания в системе массового образования.
9. Адаптивное физическое воспитание в дошкольных образовательных учреждениях.
10. Адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных учреждениях.

6 семестр

1. Понятие “рекреация”.
2. Понятие “двигательная рекреация”.
3. Понятие “адаптивная двигательная рекреация”.
4. Содержание адаптивно-двигательной рекреации.
5. Специфические функции адаптивной двигательной рекреации (перечислить и кратко охарактеризовать).
6. Социальные функции адаптивной двигательной рекреации (перечислить и кратко охарактеризовать).
7. Гедонистическая функция адаптивной двигательной рекреации.
8. Оздоровительно-восстановительная функция адаптивной двигательной рекреации.
9. Развивающая функция адаптивной двигательной рекреации.
10. Воспитательная функция адаптивной двигательной рекреации.
11. Ценностно-ориентационная функция адаптивной двигательной рекреации.
12. Коммуникативная функция адаптивной двигательной рекреации.
13. Социализирующая функция адаптивной двигательной рекреации.
14. Интегративная функция адаптивной двигательной рекреации.
15. Общие черты адаптивной двигательной рекреации и рекреативно-оздоровительного спорта.
16. Отличительные черты адаптивной двигательной рекреации и рекреативно-оздоровительного спорта.
17. Формы рекреативно-оздоровительных занятий.
18. Классификация форм рекреативно-оздоровительных занятий.
19. Средства АФК, применяемые в рекреативно-оздоровительных занятиях.
20. Роль игры в адаптивной двигательной рекреации.
21. Организация работы “уголков активного отдыха”, в рекреационно-оздоровительных зонах, по месту жительства инвалида.
22. Организация проведения туристских походов выходного дня.

Типовые задания для зачета (УК-5, ОПК-3, ОПК-6)

1. Активизация, поддержание и восстановление физических сил, профилактика утомления, интересное проведение досуга с инвалидами – это основные задачи:
 - а*. адаптивной двигательной рекреации;
 - б. адаптивной физической реабилитации;

в. адаптивного физического воспитания.

2. Лечение верховой ездой это:

а. пет-терапия;

б*. иппотерапия;

в. ихтиотерапия.

3. Физические упражнения, являясь мощным средством воздействия на организм, расширяют диапазон возможностей, в первую очередь:

а*. двигательной сферы человека, нарушенной стойким дефектом (повреждением);

б. умственных способностей человека, его памяти, интеллекта и т.п.;

в. в сфере труда и трудовой деятельности, желания и возможности вести своё дело.

4. Мышечная деятельность в процессе выполнения физических упражнений стимулирует:

а. умственную деятельность человека;

б*. физические процессы, формируя новое функциональное состояние человека, компенсирующие нарушенные функции;

в. трудовую деятельность, повышение производительности труда.

5. Адаптивная двигательная рекреация, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяет потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в...

а. его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.

б*. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении.

в. риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни.

г. реализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в коммуникативной деятельности и социализации.

6. Все функции АФК реализуются через:

а*. деятельность;

б. теоретические рассуждения;

в. развитие умственных способностей;

г. стабильное (пассивное) поведение;

д. активное поведение.

7. Что не относится к видам АФК?

а. адаптивное физическое воспитание

б. коррекционная педагогика

в. адаптивный спорт

г. адаптивная двигательная рекреация

8. К естественно-средовым факторам АФК относят:

а. использование воды

б. воздушные ванны

в. солнечные ванны

г*. все вышеперечисленное

9. Средствами АФК являются:

а*. физические упражнения

б. медикаменты

в. массаж

г. гипноз

10. Метод санаторно-курортного лечения, предусматривающий дозированные физические нагрузки в виде пешеходных прогулок, восхождений в гористой местности по определённым, размеченным маршрутам называется:

а. скандинавская ходьба;

- б*. терренкур;
- в. лечебная ходьба

Типовые вопросы экзамена (УК-5, ОПК-3, ОПК-6)

1. Педагогические функции адаптивной физической культуры.
 2. Социальные функции адаптивной физической культуры.
 3. Социальные принципы адаптивной физической культуры.
 4. Общесметодические принципы адаптивной физической культуры.
 5. Специальнометодические принципы адаптивной физической культуры.
 6. Адаптивная физическая культура в социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
 7. Организация адаптивного физического воспитания в системе специального образования.
 8. Организация адаптивного физического воспитания в системе массового образования.
 9. Адаптивное физическое воспитание в дошкольных образовательных учреждениях.
 10. Адаптивное физическое воспитание в общеобразовательных учреждениях.
- 6 семестр
1. Понятие “рекреация”.
 2. Понятие “двигательная рекреация”.
 3. Понятие “адаптивная двигательная рекреация”.
 4. Содержание адаптивно-двигательной рекреации.
 5. Специфические функции адаптивной двигательной рекреации (перечислить и кратко охарактеризовать).
 6. Социальные функции адаптивной двигательной рекреации (перечислить и кратко охарактеризовать).
 7. Гедонистическая функция адаптивной двигательной рекреации.
 8. Оздоровительно-восстановительная функция адаптивной двигательной рекреации.
 9. Развивающая функция адаптивной двигательной рекреации.
 10. Воспитательная функция адаптивной двигательной рекреации.
 11. Ценностно-ориентационная функция адаптивной двигательной рекреации.
 12. Коммуникативная функция адаптивной двигательной рекреации.
 13. Социализирующая функция адаптивной двигательной рекреации.
 14. Интегративная функция адаптивной двигательной рекреации.
 15. Общие черты адаптивной двигательной рекреации и рекреативно-оздоровительного спорта.
 16. Отличительные черты адаптивной двигательной рекреации и рекреативно-оздоровительного спорта.
 17. Формы рекреативно-оздоровительных занятий.
 18. Классификация форм рекреативно-оздоровительных занятий.
 19. Средства АФК, применяемые в рекреативно-оздоровительных занятиях.
 20. Роль игры в адаптивной двигательной рекреации.
 21. Организация работы “уголков активного отдыха”, в рекреационно-оздоровительных зонах, по месту жительства инвалида.
 22. Организация проведения туристских походов выходного дня.
- 7 семестр
1. Адаптивный спорт как один из основных видов адаптивной физической культуры.
 2. Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивного спорта.
 3. Основные функции и принципы адаптивного спорта. Отличительные черты адаптивного спорта.
 4. Возможности коррекции сенсорных систем, интеллекта, функций опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, речи с помощью физических упражнений.
 5. Организация адаптивного спорта в России.

6. Международный опыт организации адаптивного спорта.
7. Направления функционирования адаптивного спорта (Паралимпийский спорт, Сурдлимпийский спорт, Специальный олимпийский спорт) и международные спортивные организации их курирующие.
8. Методы развития физических качеств и способностей в адаптивном спорте.
9. Структура процесса формирования двигательных действий с заданным результатом в адаптивном спорте.
10. Классификация приемов физической помощи и страховки занимающихся.
11. Материально-техническое обеспечение адаптивного спорта.
12. Основные закономерности развития физических качеств и способностей в адаптивном спорте.
13. Особенности спортивной тренировки в паралимпийских видах спорта. Цели, задачи, принципы спортивной тренировки в Паралимпийском движении.
14. Физическая нагрузка и отдых — структурные основы развития и совершенствования индивидуальных физических способностей инвалида.
15. Виды планирования в адаптивном спорте (перспективное, этапное, текущее).
16. Паралимпийское движение инвалидов как модель спорта здоровых спортсменов.
17. Классификация видов адаптивного спорта.
18. Цель, принципы, содержание игр Специальной Олимпиады (СО) для людей с нарушениями интеллекта и виды спорта.
19. Основные программы этого движения: «специальная олимпиада», «объединенный спорт», «тренировка двигательной активности», «партнерские клубы».
20. Зимние и летние виды спорта Специальной Олимпиады.
21. История возникновения и этапы становления Специальной Олимпиады.
22. Основопологающие философские аспекты специального олимпийского движения.
23. Адаптивный спорт для лиц с патологией зрения.
24. Профессионально-ориентированные виды спорта.
25. Спорт глухих и слабослышащих спортсменов, сходство и различия со спортом здоровых людей.
26. История и этапы развития всемирных Олимпийских игр глухих (Тихие игры).
27. Показания и противопоказания к занятиям АФК и адаптивным спортом.
28. Построение спортивной тренировки спортсменов. Классификация микроциклов спортивной тренировки.
29. Виды подготовки спортсменов-паралимпийцев (техническая, физическая, тактическая, психологическая, теоретическая, интегральная).
30. Организация и планирование спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья.
31. Цели, задачи, принципы спортивной тренировки в Паралимпийском движении. Средства спортивной тренировки.
32. Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте. Традиционная модель соревновательной деятельности.
33. Спортивная тренировка – главное звено паралимпийских видов спорта.
34. Нетрадиционные виды адаптивного спорта.
35. Виды классификаций в адаптивном спорте.
36. Принципы спортивно-медицинской классификации спортсменов-параолимпийцев.
37. Классификация спортсменов на классы в рамках конкретных нозологических профилей.
38. Особенности процедуры и порядок проведения классификаций.
39. Спортивная тренировка – главное звено паралимпийских видов спорта.
35. Организация судейство соревнований по различным видам адаптивного спорта.
36. Профилактика травматизма в адаптивном спорте.
37. Предъявляемые требования и особенности оборудования бассейнов для адаптивного спорта.
38. Предъявляемые требования и особенности оборудования стадионов для адаптивного спорта.

39. Предъявляемые требования и особенности оборудования спортивных залов для адаптивного спорта (игровые, гимнастические, танцевальные).

40. Адаптивный спорт для лиц с патологией опорно-двигательного аппарата.

Типовые задания для экзамена (УК-5, ОПК-3, ОПК-6)

1. Жестовая речь, как одно из средств общения детей с нарушениями слуха.
2. Проблемы семей, воспитывающих детей с нарушениями в развитии.
3. Диагностика отклонений в развитии ребёнка: теоретические основы, цель, принципы, средства.
4. Психологическая служба в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях.
5. Психологическая характеристика дошкольника с ЗПР.
6. Психотерапевтические приемы по профилактике психологических комплексов, характерных для различных возрастных и гендерных групп лиц (по выбору студента лиц с отклонениями в состоянии здоровья).
7. Проблемы психолого-педагогической диагностики ЗПР.
8. Формирование у (по выбору студента лиц с отклонениями в состоянии здоровья) мотивации в деятельности, установки, убеждения.

6 семестр

1. Социальные, общеметодические и специально методические принципы адаптивной двигательной рекреации.
2. Удовлетворение целого ряда жизненно важных потребностей индивида средствами и методами адаптивной двигательной рекреации.
3. Применение средств и методов адаптивной физической культуры для организации и проведения активного отдыха, досуга инвалидов в реабилитационных центрах.
4. Источники финансирования рекреативного движения инвалидов.
5. Расширение круга общения и социальной активности инвалида под влиянием занятий двигательной рекреацией в сочетании с другими сферами жизнедеятельности.
6. Организация работы «уголков активного отдыха» в рекреационно-оздоровительных зонах (парках, пригородах), по месту жительства инвалидов.
7. Организационный аспект занятий рекреативно-оздоровительным спортом.
8. Подготовка сценариев и проведение спортивно-художественных праздников с участием детей-инвалидов и их сверстников из обычных образовательных учреждений.
9. «Семейные» и бытовые формы двигательной рекреации.
10. Использование методик адаптивной двигательной рекреации в группах дошкольников.
11. Использование методик адаптивной двигательной рекреации у детей с детским церебральным параличом.
12. Использование методик адаптивной двигательной рекреации у детей с умственной отсталостью.
13. Использование методик адаптивной двигательной рекреации у детей с синдромом Дауна.
14. Использование методик адаптивной двигательной рекреации в условиях быта и семьи.
15. Использование методик адаптивной двигательной рекреации в условиях учебной деятельности.
16. Использование методик адаптивной двигательной рекреации в условиях трудовой деятельности.
17. Использование методик адаптивной двигательной рекреации в условиях досуга.
18. Использование методик адаптивной двигательной рекреации активного отдыха.

7 семестр

1. Сущность и социальные функции спорта.
2. Соревнование как средство и метод подготовки спортсмена.
3. Тренировочное занятие, его структура и содержание.
4. Спортивное достижение и определяющие его факторы.
5. Общая характеристика спортивной тренировки.

6. Средства спортивной подготовки.
7. Методы спортивной тренировки.
8. Методы обучения технике двигательного действия.
9. Нагрузка и отдых в спортивной тренировке.
10. Система и календарь спортивных соревнований.
11. Спортивная тактика и ее особенности в различных видах спорта.
12. Спортивно-тактическая подготовка спортсмена.
13. Спортивно-техническая подготовка спортсмена.
14. Физическая подготовка спортсмена (общая характеристика).
15. Воспитание волевых качеств спортсмена.
16. Воспитание нравственных качеств спортсмена.
17. Основы периодизации тренировочного процесса (общая характеристика).
18. Этап предварительной подготовки спортсмена в системе многолетних занятий спортом.
19. Этап начальной специализации в системе многолетних занятий спортом.
20. Этап спортивного совершенствования в системе многолетних занятий спортом.
21. Этап углубленной специализации в системе многолетних занятий в избранном виде спорта.
22. Подготовительный период тренировки и его назначение.
23. Переходный период спортивной тренировки и его назначение.
24. Соревновательный период и его назначение.
25. Структура и содержание малых циклов тренировки (микроциклов).
26. Структура и содержание средних циклов тренировки (мезоциклов).
28. Структура и содержание больших циклов тренировки (макроциклов).
29. Тренажеры и тренажерные устройства в обучении двигательным действиям и воспитании физических качеств.
30. Спортивная форма и фазы ее развития.

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Зачет

| Оценка | Компетенции | Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата) |
|--------|-------------|--|
| | УК-5 | Свободно определяет связи между поставленными задачами и ожидаемые результаты их решения; |
| | ОПК-3 | Эффективно применяет базовые методы и методики исследования физических качеств (способностей), психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в различных компонентах (видах) адаптивной физической культуры |

| | | |
|--------------|-------|--|
| «зачтено» | ОПК-6 | <p>Рационально определяет общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; планирует различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; использует</p> <p>освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов</p> |
| | УК-5 | Фрагментарно определяет связи между поставленными задачами и ожидаемые результаты их решения; |
| «не зачтено» | ОПК-3 | Неэффективно применяет базовые методы и методики исследования физических качеств (способностей), психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в различных компонентах (видах) адаптивной физической культуры |
| | ОПК-6 | Частично определяет общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; планирует различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; использует освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов |

Экзамен

| Оценка | Компетенции | Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата) |
|--------|-------------|---|
| | УК-5 | Максимально точно определяет связи между поставленными задачами и ожидаемые результаты их решения; |
| | ОПК-3 | Отлично применяет базовые методы и методики исследования физических качеств (способностей), психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в различных компонентах (видах) адаптивной физической культуры |

| | | |
|-----------|-------|---|
| «отлично» | ОПК-6 | Верно определяет общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; планирует различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; использует освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов |
| | УК-5 | В большинстве случаев верно определяет связи между поставленными задачами и ожидаемые результаты их решения; |
| «хорошо» | ОПК-3 | Хорошо применяет базовые методы и методики исследования физических качеств (способностей), психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в различных компонентах (видах)адаптивной физической культуры |
| | ОПК-6 | Практически всегда верно определяет общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; планирует различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; использует освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов |
| | УК-5 | Редко верно определяет связи между поставленными задачами и ожидаемые результаты их решения; |
| | ОПК-3 | Удовлетворительно применяет базовые методы и методики исследования физических качеств (способностей), психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в различных компонентах (видах)адаптивной физической культуры |

| | | |
|-----------------------|-------|---|
| «удовлетворительно» | ОПК-6 | Фрагментарно верно определяет общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; планирует различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; использует освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов |
| «неудовлетворительно» | УК-5 | Не способен Определяет связи между поставленными задачами и ожидаемые результаты их решения; |
| | ОПК-3 | Не применяет базовые методы и методики исследования физических качеств (способностей), психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в различных компонентах (видах)адаптивной физической культуры |
| | ОПК-6 | Не определяет общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; планирует различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; использует освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов |

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы;
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.
- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентации, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература:

1. Сапего А. В., Тарасова О. Л., Полковников И. А. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие. - Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2014. - 228 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278924>

6.2 Дополнительная литература:

1. Шапкова Л.В. Частные методики адаптивной физической культуры : Учеб. пособие. - М.: Советский спорт, 2004. - 463 с.
2. Евсеев С.П. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : Учеб. пособие для студ. высш. и средн. проф. учеб. заведений. - М.: Советский спорт, 2004. - 295 с.

6.3 Иные источники:

1. Консультант студента. Гуманитарные науки: электронно-библиотечная система -
2. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система - <http://www.biblioclub.ru>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Microsoft Windows 10

Операционная система "Альт Образование"

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Научная электронная библиотека Российской академии естествознания. – URL: <https://www.monographies.ru>
2. Консультант студента. Гуманитарные науки: электронно-библиотечная система. – URL: <https://www.studentlibrary.ru>
3. Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина. – URL: <https://www.prlib.ru>
4. Российская государственная библиотека. – URL: <https://www.rsl.ru>
5. Российская национальная библиотека. – URL: <http://nlr.ru>
6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru. – URL: <https://elibrary.ru>

Электронная информационно-образовательная среда

https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.